


"Согласовано"  
 Директор МБОУ «ЦО № 21»  А.В. Бордашова



**МЕНЮ**  
**на 03.11.2022 года**  
**для учащихся 1-4х классов**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая	200	226,9
	Йогурт	125	119
	Масло сливочное	10	74,9
	Чай с лимоном	200	43,47
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4
<b>Обед</b>	Салат Летний	60	51,21
	Борщ с капустой и картофелем с курицей и сметаной	210	83,74
	Печень по – строгановски	100	246,46
	Каша гречневая рассыпчатая	150	187,8
	Компот из изюма	200	72
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
<b>Полдник</b>	Булочка калорийная	100	360
	Яблоко	200	94
	Сок плодово-ягодный	200	92
Стоимость дня:		330,14	

**для учащихся 5-11х классов**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая	230	260,9
	Йогурт	125	119
	Масло сливочное	10	74,9
	Чай с лимоном	200	43,47
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
<b>Обед</b>	Салат Летний	100	85,35
	Борщ с капустой и картофелем с курицей и сметаной	260	103,85
	Печень по – строгановски	100	246,46
	Каша гречневая рассыпчатая	180	225,4
	Компот из изюма	200	72
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
<b>Полдник</b>	Булочка калорийная	100	360
	Яблоко	200	94
	Сок плодово-ягодный	200	92
Стоимость дня:		330,14	